

サイエンスアカデミー



社会的(心の)フレイル対策として最も重要なものが認知症予防です。つい最近まで不可能と考えられてきた認知症予防にも科学的な知見が多く得られてきました。認知症は長年にわたって原因も分からない、治療法もない、予防の可能性はゼロと考えられてきました。

しかし、近年原因となる蛋白や遺伝子が解明され、疾患修飾薬(根本治療の可能性を持つ薬剤)

も開発されてきています。予防に関しても、発症に関わる危険因子の約40%は修正可能であることが報告されました。80%の内訳は、難聴が8%と最も大きく、教育歴、知的好奇心の低さが7%、喫煙が5%、抑うつと社会的孤立が4%、頭部外傷が3%、運動不足、高血圧、大気汚染がそれぞれ2%、過剰飲酒、糖尿病、肥満がそれぞれ1%でした。認知症予防の対象者として重要なのは軽度認知症が盛り込まれていま

社会的(心の)フレイル対策

科学的に正しい認知症予防

「予防プログラム」は科学的に予防介入の効果を実証したプログラムであり、運動、知的活動、コミュニケーションの三つの予防対策として良い要素が盛り込まれていま

ミー「社会的(心の)フレイル対策」科学的に正しい認知症予防」は13日午前10時半～正午、鳥取県立図書館2階大研修室を主会場に次の各図書館へライブ中継。米子市、倉吉市、琴浦町、加藤文太郎記念図書館。Zoomでも視聴可能。申し込みは12日の正午締め切り。問い合わせは電話0857(31)6777、鳥取大地域価値創造研究教育機構へ。

浦上 克哉(鳥取大学保健学科認知予防学講座教授)

◇サイエンス・アカデ

※QRコードからの申し込み可能。

